

# De sproglige udtryk i stress

Louise Hallstrøm Abildgaard,  
specialestuderende i  
sprogpsykologi  
&  
Christina Fogtmann Fosgerau,  
lektor i sprogpsykologi

UNIVERSITY OF COPENHAGEN



# Et diffust stressbegreb

I foreslåede symptombeskrivelser findes vage benævnelser, fx

- Indre uro
- Indesluttethed

(Netterstrøm 2002)

- Diffus utilpashed
- Uoverkommelighedsfølelse

(Andersen & Brinkmann 2013)

# Overordnet interesse

- Hvis vi anlægger et 1.-personsperspektiv, dvs. lader de stressramte tale, er der så forhold i deres sproglige fremstillinger, der kan gøre os klogere på aspekter ved oplevelsen af stress?

# Et pilotstudie - data

Et kvalitativt studie af:

- visitationssamtaler til Åben og Rolig-forløbet med tre borgere
- Interview med samme tre borgere efter endt forløb

# Et pilotstudie - metode

- Nærsproglig analyse af borgernes beskrivelser af stressoplevelser
- Analysemetode: Systemisk Funktionel Lingvistik

Detaljeret beskrivelsesapparat – alle sproglige valg har betydning, funktion

# Muligheder i studiet

Tilbyde en supplerende indgangsvinkel til at forstå stress  
– en vinkel der gør det muligt at afdække/specificere  
hvad der af stressramte borgere fremhæves som  
meningsfuldt i stressoplevelsen

# Resultater – baseret på visitationssamtaler

## **Fem kategorier, fokus på to:**

- Et opdelt menneske
- Stress som selvstændig enhed

# Et opdelt menneske

Mennesket som opdelt i tre enheder:

- Jeg
- Kroppen
- Hovedet/hjernen

Oftest med kroppen eller hovedet i kontrol



## Uddrag 1 og 2 – kroppen

“det her med at være ude af kontrol ((grædestemme))  
altså fordi på et tidspunkt eller **for det meste er det jo  
*min krop der styrer mig***” (Borger 1, l. 535-538)

“det her med at ***det er ikke mig der er i kontrol det er  
min krop*** og så har jeg været bange for **hvad *min krop  
så ville finde på***” (Borger 1, l. 556-557)

## Uddrag 3 – hjernen

- "og jeg kan godt mærke at jeg der er ord jeg ikke kan finde i går sad jeg og skulle skrive en sms hvor jeg ikke kan finde det der ord for persienne nu kan jeg godt fordi ***den er god om morgenen min hjerne***" (Borger 1, l. 699-703)

# Stress som selvstændig enhed

- Stress eller symptomer beskrives som en ekstern kraft uden for jegets kontrol

## Uddrag 4 og 5 – stressen

“jamen altså: øh helt kort og godt så **altså jeg fik jo øh stress** ude på en motorvej hvor jeg lige pludselig ikke kunne køre længere og hvor min venstre arm den var død” (Borger 1, l. 55-57)

“**det kom** faktisk sådan ret altså der var egentlig ikke så meget optakt synes jeg” (Borger 3, l. 88-89)

## Data fra interview efter Å&R

- Bekræfter at det er de samme enheder (jeg, krop, hoved, stress som selvstændig entitet), der opleves som meningsfulde for borgerne
- Desuden: I efter-interview kan identificeres en ændring, sådan at jeget i højere grad forbindes til kroppen og hovedet

# Konklusion

- Nærsproglige analyser af de stressramtes tale fortæller os, hvad det er for størrelser og påvirkningsforhold herimellem, der er betydningsfulde for deres stressoplevelser – dette beskrivelsesniveau findes ikke i de refererede symptomangivelser

# Perspektivering og diskussion

## **Eksisterende bud på symptomer på stress:**

indre uro, indesluttethed, diffus utilpashed, uoverkommelighedsfølelse

## **Pilotstudiets fund:**

En oplevelse af opdeling af sig selv i jeg, krop og hoved – og med kontroltab hos jeget

Stress som en selvstændig størrelse med kontrol over jeget

## Perspektiver og diskussion

- **Hvis resultaterne fra pilotstudiet kan generaliseres, er de så interessante i udredningsøjemed ?**
- **Resultaterne fra pilotstudiet kan ses som udtryk for at såvel krop som psyke indgår i en og samme symptomoplevelse. Giver det anledning til at diskutere den opdeling i fysiske, psykiske og adfærdsmæssige symptomer, der kan findes i eksisterende symptombenævnelser?**